

# 7日(金) 平成26年度 東京ウィメンズプラザフォーラム プログラム

	企画名	内容	団体申込先	時間・会場他
午前	男女共生社会 ～デンマーク・オランダから～	変わる世界の中で、高い国民幸福度をキープするデンマークとオランダ。どんな国なの??視察を通じて見て、聞いたことを映像とともにお伝えします!	一般社団法人 国際女性教育振興会東京支部 ☎ 03-3938-6781 Non-tsuka@apost.plala.or.jp	10:25～12:40 第一会議室A 無料
	子どもの「やる気」は言葉がけ次第! ワークショップ	「聴く力・ほめ力・質問力」の効果を体感してみよう!あなたに合った、子どものやる気を引き出す「言葉がけのヒント」が必ず見つかるはず◎もっとも「親」を楽しもう。	Life & Work レンジャー tokyotaltrio@gmail.com	10:00～12:00 第一会議室B 無料
	「在宅ワーク」ってなあに? 先輩が教える体験セミナー ワークショップ	「在宅ワーク」の知識や、仕事と育児・家事との両立方法を伝授します!ひと足先行く先輩たちのリアルトーク満載★チームに分かれた実際の仕事体験もあります。	特定非営利活動法人 フラウネット ☎ 03-3478-0372	10:30～12:00 第二会議室A 無料
	育児・家事をもっと楽に! 「完璧を目指さない片付け術」	せっかく片付けてもすぐに散らかるから…と諦めていませんか? “おウチキレイ”を無理なく継続できる片付け法と、楽ラク家事・育児のポイントをレクチャー☆	かたづけ mom ☎ 080-5015-2761 info@katadukemom.com	10:30～12:00 第二会議室B 有料 (500円)
	親子スキンタッチ教室 ワークショップ	子どもと健康法「スキンタッチ法」を知っていますか?お子さんの元気な毎日を応援!家庭にあるスプーンや歯ブラシを使った手軽な健康法をプロの鍼灸師が教えます♪	東京スキンタッチ会 ☎ 03-3401-8918 oosita@extra.ocn.ne.jp	10:15～11:30 和室 (第三会議室) 有料 (1,000円)
	女性のキャリア推進のための パネルディスカッション	専業主婦から新聞記者、子供支援センター相談員、家族カウンセラーに転身。更に71才からシニアリポーターに!などパワフルなパネラー4名が登場。それぞれの体験談の中からあなたの未来を見つけませんか?	Happy Tune ☎ 080-9981-5301 pianopeer6@gmail.com	10:00～12:30 視聴覚室 無料
午後	シンポジウム「ワーク・ライフ・バランス 推進で備えよう!仕事と介護の両立」	企業における仕事と介護の両立について、働き方の見直しなど具体的事例を交えながら討論します。株式会社ニッセイ基礎研究所主任研究員の土堤内昭雄氏による講演とパネルディスカッション。	東京都・東京経営者協会 ☎ 03-5388-3189 S0000578@section.metro.tokyo.jp	14:00～16:30 ホール 無料
	みんなで考えよう!「働くしあわせ」皆勤社会を 目指して～子育てと働くことの両立を考える～	人生における「仕事」時間☆働くことの大切さを改めて考えてみませんか?どんな環境で自己実現を目指していくか、子育て中はどう社会とつながっていくかなどについて一緒に考えます。	NPO法人ひさし総合教育研究所 ☎ 090-1619-4352 mitani@ldpa.or.jp	13:30～15:30 第一会議室A 有料 (1,500円)
	1+1=∞ 起業女子は1人でがんばらない ワークショップ	もっともっと集客したい♪運命的なビジネスパートナーが欲しい♪新しくコラボしたい♪そんな起業女子の“気持ち”にこたえるビジネススキル&コミュニティを提供します!	キャリアエンジョイ ☎ 090-9973-2629 momo.institute@gmail.com	14:00～16:00 第一会議室B 無料
	平成25年度DV防止等民間活動 助成事業報告会	助成を受け実施した「DV被害者支援のための研修用DVD制作事業」「民間支援団体の連携による同行支援事業」の報告です。今後のDV被害者支援の在り方に関心をお持ちの方に、ぜひご参加いただきたい内容です。	東京ウィメンズプラザ 事業推進係 ☎ 03-5467-1980 wkoza@tokyo-womens-plaza.metro.tokyo.jp	14:00～16:00 第二会議室 無料
	わらべうたベビーマッサージで ハートウォーミング育児 ワークショップ	楽しく歌ったり♪赤ちゃんに語りかけながら♪ベビーマッサージをしてみませんか?具体的な手わざ(歌付き)を伝授し、みなさんのハートウォーミングな育児を応援します◎◎♥	NPO法人 わらべうたベビーマッサージ研究会 ☎ 090-1034-9172 donaturaru@goo.jp	13:30～14:45 和室 (第三会議室) 有料 (1,500円)
	DV問題と依存症について考える	依存症は、DVを含む人間関係のもつれと密接な関わりがあります。依存症の専門家や回復者からのメッセージを聴き、このテーマについて一緒に考えてみませんか?	武蔵野ダルク支援センター ☎ 090-8043-1859 10f-takashi-f14@ezweb.ne.jp	14:00～16:00 視聴覚室A・B 有料 (1,000円)
考える力!思いやりの心♥を育てるために 親が今できること ワークショップ	強さ!優しさ♥どちらも兼ねそなえた子が育つには?子どもとの毎日の関わり方をどう工夫できるかー考える力や思いやりの心を育む、試してビックリの方法を、体験を交えて伝授します☆子育てをもっと楽しもう!	親業を学ぶ会「ローズマリー」 ☎ 090-5525-8195 rosemary oyaygo@gmail.com	14:00～16:00 視聴覚室C 無料	
夜	あなたのキャリアの選択肢、 起業もアリだよな!?	これからの働き方で悩んでいる女性たちへ。キャリアの選択肢に“起業”も加えてみませんか?視点が変わると…今のあなたの暮らしも変わる!自分の価値観に合った働き方を☆	キャリア35 ☎ 03-6380-8218 career35@career35.com	18:30～20:30 ホール 有料 (500円)
	1人暮らしも核家族も、多世代で暮らし 心豊かに生きる 住まい	子育て・介護・将来に対する漠然とした不安…多世代で支え合うコレクティブハウスの暮らしから、未来への可能性を見つけます。これから、あなたの住まい・暮らし・生き方をどうしたい?!	特定非営利活動法人 コレクティブハウス社 ☎ 03-5906-5340 event@chc.or.jp	18:50～20:50 第一会議室A 有料 (1,000円)
	日々の疲れの解消に気功と アロマ呼吸法 1・2・3! ワークショップ	気功とアロマ呼吸法で「自分の健康は自分で創る」を実践!動きや呼吸法、プチ瞑想などをそれぞれのプロ講師が伝授。毎日の生活に気功を取り入れ、どんなライフステージでも輝くあなたでいきましょう☆★	ホリスティック・ケア・スタジオ青山 ☎ 090-3916-3094 Kikokyu123@gmail.com	19:00～20:30 第一会議室B 有料 (1,000円)
	痴漢・ストーカーから身を守る!女性の ためのセルフ・ディフェンス ワークショップ	ストーカーやひったくりなどの危険から身を守るための、日ごろの歩き方の工夫やとっさのときに役立つ簡単な動作を楽しむ体験◎今日から活かせるスキルの数々! (18才以上の女性向け)	NPO法人 青い空-子ども・人権・非暴力 ☎ 03-3962-4843 npoaisora@gmail.com	18:30～20:30 第二会議室 有料 (100円)
	好感度UP!自己紹介のコツ ワークショップ	新たな職場や役割を経験する女性におススメのセミナー♪目指せ、好感度◎女子!自己紹介のやり方を2つの切り口から学びます。もうプレゼンだって怖くない。	スキルノート ☎ 090-1783-6160 skillnote111@gmail.com	18:30～20:30 和室 (第三会議室) 有料 (500円)
	日本では、なぜ男女平等が進まないのか	現在、正社員だけでなく非正規労働者が、均等待遇を求めて提訴した事例が各地であります。原告から生の声・報告を聞き、意見交換をします。DVD上映もあります!	均等待遇アクション 21 ☎ 080-5717-7425 kiri@kuc.biglobe.ne.jp	18:30～20:30 視聴覚室A 有料 (500円)
サバイバーの語り ～性虐待サバイバーに学ぶ～	性虐待サバイバーの語りを聞くことで、幼少期の性暴力被害が与える影響を学び、性暴力被害の実態を知るきっかけをつくる。	ArtS Japan (アーツジャパン) info@artsjapan.jp	18:00～20:00 視聴覚室B 有料 (500円)	
「水牛家族」には希望がある ～小さく続けて見えてきたこと～	水牛家族を知っていますか?フィリピン・レイテ島の農村の自立支援に取り組む団体の活動を通して、地域振興の鍵となる女性のエンパワメントについて考えます。短編ドキュメンタリー映像もあり◎	プロジェクト・パッチワーク ☎ 03-5469-1612 patchwork@mtc.biglobe.ne.jp	18:45～20:45 視聴覚室C 有料 (500円)	

## ●図書資料室おはなし会

内容	期間
一人て読むのも楽しいけど、読んでもらう楽しみもまた格別です♪親子で、みんなで、どうぞご参加ください! 12:00～14:00～参加者集まり次第随時	11月7日(金)のみ開催 無料

## ●展示

企画名	内容
男女平等参画センター等の活動紹介パネル展 <交流コーナー>	庄巻!都・区市町村の男女平等参画センター等の活動紹介パネルが勢ぞろい!クイズラリーに参加するとステキな景品がもらえるよ★
NPO法人女性のスペース「結」 DV防止・被害者支援のためのパネル展 <入口スロープ付近>	日常生活の中で起きているDVによる現象を詩によって表現しました。人間の尊厳や人権を踏みにじるDVを許さないという思いを伝えます。

# 8日(土)

	企画名	内容	団体申込先	時間・会場他
午前	いいお産の日 in 青山2014 「快適なお産・産後ケア・楽になる子育て」 ワークショップ	11月3日のいいお産の日にちなみ年に一度の大イベントを開催★お産や子育てに関する幅広い情報を発信&ブースごとのお役立ちレッスン満載!講師は日本助産師会の岡本喜代子氏。	いいお産の日 in 青山 2014 実行委員会 ☎ 029-851-7373 info@mo-house.net	10:00～12:15 ホール 有料(体験1回につき500円)
	図書資料室企画 パパと一緒に、絵本で遊ぼう!	練馬で大活躍中の「ねりパパ」がウィメンズプラザにやってきた!絵本はもちろん歌や手遊びなどなど楽しいこといっぱい☆親子で遊びに来てね★	東京ウィメンズプラザ 図書資料室 ☎ 03-5467-1970 wjoho@tokyo-womens-plaza.metro.tokyo.jp	11:00～12:30 第一会議室 無料
	「本当に? SNSで!」 大学生によるデートDV劇	SNSが引き起こすデートDVをテーマとする寸劇を上演♪アフタートークあり♪観客と演者が一緒にディスカッションします。	中央大学ノハラメントプロジェクト ☎ 042-674-2062 chuonhp@gmail.com	10:30～12:00 第二会議室A 無料
	人間関係のプロが伝える夫婦 / カップルの 関係をよくなる3つのコツ ワークショップ	もっと幸せになりたいご夫婦 or カップルに向けて♥様々なライフイベントによって関係は変化します。2人の関係性を壊す“毒素”を知り、お互いの立場を理解して、幸せな関係をつくるコツを学びます。エクササイズもあり♪	KIBOUプロジェクト ☎ 03-3806-3034 chizuru@millecrane.co.jp	9:30～12:30 和室 (第三会議室) 無料
	映画「レッドマリア」上映と「はたらく」 を考える対話ワークショップ ワークショップ	韓国・日本・フィリピン女性の多様な「働く」を描いた話題作☆韓国女性キョンスンのドキュメンタリーを観て、私たちの「生きる」を考える。	働く女性の全国センター ☎ 03-6803-0796 office@acw2.org	10:00～12:30 視聴覚室 有料 (500円)
	パネルディスカッション 「主夫ノススメ～子育ては男の役割?!」	子育て主夫や主夫の妻が、主夫を選んだ理由、親や同僚の反応、メリット・デメリットについてタメエ抜きのガチンコ★本音トーク!主夫が増えれば社会が変わる!	子育て主夫ネットワーク[レノパパ] ☎ 090-5540-2768 syuhunet@lennonpapa.org	10:00～12:00 第二会議室B 無料
午後	ウィメンズプラザ企画 もっともっといっしょに! 青山パパと子★教室 ワークショップ	パパと4才～8才の子供が一緒に参加できるわくわくイベント!パパには父子のコミュニケーション術の伝授、子供には絵本の読み聞かせ☆後半は楽しいパパ遊びもあるよ◎みんな集まれ～	東京ウィメンズプラザ 事業推進係 ☎ 03-5467-1980 wkoza@tokyo-womens-plaza.metro.tokyo.jp	14:00～16:00 ホール 無料
	土木系女子学生のためのキャリアセミナー ～土木の仕事の魅力と私たちの働き方2014～	土木なんて男性中心と思っているあなた!そんなことはありません♪今はたくさん女性が活躍しています。“土木の世界”を知り、女性技術者たちと一緒に、あなたの将来を考えてみませんか?	土木技術者女性の会 eventswece@ womencivilengineers.com	13:30～16:30 第一会議室A 無料
	働くパパ&ママのためのワークライフバランスを 叶えるタイムマネジメントセミナー ワークショップ	家庭も仕事もハッピーになるために★限られた時間で仕事の成果を上げる時間管理術を講義でお伝えします!共働き夫婦に学ぶタイムマネジメント&ファミリーマネジメントがテーマの座談会も同時開催♪	ワーキングペアレンツ infoworkp@gmail.com	13:30～16:00 第二会議室B 有料 (1,000円)
	元気になるハンドマッサージ&キッズ ヘッドマッサージ講座 ワークショップ	効果を実感!香りタッチングで心とからだをリラックス&リフレッシュ☆体のリズムを整えるアロマテラピーハンドマッサージ体験と、親子で楽しむキッズヘッドマッサージ講座♥パパの育児参加のきっかけとしても◎	特定非営利活動法人 日本アロマテラピー協会 ☎ 03-3470-5318 info@npo-roma.or.jp	13:30～16:00 第二会議室 有料 (500円/1,000円)
	大人のための… 絵本でこころのマッサージ ワークショップ	柳田邦男さんは「絵本は人生に三度」と言われていますー子どもの時、子育ての時、そして人生の後半。今日から始めるステキな絵本時間♥あなたもいつしか癒されてみませんか♪	東京メンタルヘルス・スクエア ☎ 03-5928-5027 info@npo-tms.com	13:30～15:30 和室 (第三会議室) 有料 (500円)
	自分と親の家を整える 大人片づけ実践講座	高齢で散らかる実家に悩む子と、子に迷惑をかけたくない親向けの実践講座!メディアで話題の大人片づけメソッド&ライフメモのスキルをご紹介します。自分も周りも幸せになる片づけの極意を伝えます☆	一般社団法人 日本エグゼクティブプロモーター協会片づけ上手エグゼクティブ 講師 藤原 美奈子 ☎ 03-6869-0954 info@exepromo.jp	14:00～16:00 視聴覚室A 有料 (500円)
いつかくる!育児、介護と働くを実現する ためのダイバーシティサロン ワークショップ	育児・介護中の社員は会社にどう貢献する?どんなサポートを求めている?みんな違って、みんないい!を実践する職場環境を考えます♪	NPO法人 マドレボニータ info@madrebonita.com	14:00～16:00 視聴覚室B 有料 (1,500円)	
夜	寸劇「STOP!デートDV&マタハラ 博士が行く」	デートDVって?マタハラってなあに??わかりやすく面白く、アナタの疑問に答えます。練馬で大人気の☆寸劇!博士が行く!	BPプロジェクト ☎ 090-9811-3683 BPcat-foot7.3@t.vodafone.ne.jp	14:00～16:00 視聴覚室C 無料
	「ボストン研修で学んだこと」NPOの 運営法と女性のためのリーダーシップ論	ボストンで学び感じた最新NPOマネジメント手法と実践的かつ戦略的な女性のリーダーシップ論をご紹介します!シモンズ経営大学院とフィッシュ・ファミリー財団によるプログラムに参加した研修生の帰国報告★4つの事例から	JWLI (Japanese Women's Leadership Initiative) の会 Jwli.boston@gmail.com	18:00～20:30 第一会議室 無料
	大学生の目線から見たデートDV ワークショップ	大学生はデートDVに関してどのような問題をもっているのか、大学生が考えていることー今ここにある“リアル”をお伝えします。	早稲田大学 DVほっとプロジェクト ☎ 03-3203-4192 dvhottoproject@gmail.com	18:00～19:30 第二会議室A 無料
	☆もっと輝く私のために☆ カラージュエリー作り ワークショップ	カラージュエリー作り、語り、ユニークな存在の自分に気づくチャンス♥理想の世界を表現して「もっと輝く私」の実現へ☆まずは始めの一步を踏み出しましょう!制作したノートはお持ち帰りいただけます。	ライフ&キャリアのワークショップデザイナーズ ☎ 090-6169-7487 lifeandcareer2013@gmail.com	18:00～20:30 第二会議室B 有料 (1,000円)
	話してみよう 職場の「あるある」 ワークショップ	参加者の職場のハナシを聞き、それについてディスカッションします!問題点を整理して、働き続けるためのヒントを発信☆あなたの「あるある」を聞かせてください◎	働く女性の「グループ23」 group23women@live.jp	18:00～20:00 和室 (第三会議室) 無料
	リケジョのしなやかなキャリア ～それぞれの転機～	リケジョのロールモデルとして、企業勤務、自営業、社会人ドクターなど多方面で大活躍中の4名が登場!それぞれの転機とキャリアの創り方をご紹介します☆	日本女性技術者フォーラム jwef_committee@nifty.com	18:00～20:30 視聴覚室A・B 無料
DVなどの暴力被害を乗り越えて生きる 外国籍女性への支援 ワークショップ	様々な背景を持ち、人身売買・DV被害などを受けた外国籍女性たちの現状とその支援について学びます。地域で何ができるのか一緒に考えましょう。	特定非営利活動法人 てのひら・人身売買に立ち向かう会 info@tenohira-trafficking.org	18:00～20:30 視聴覚室C 有料 (800円/学生500円)	